

Обоснование потребности содержания и соотношения макронутриентов в калорийности рациона обучающихся в общеобразовательных организациях

Летний сезон

Наименование показателей	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Примечание
Нормативные показатели СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (суточная потребность без учета тепловых потерь и усвояемости)	90	92	383	2720	СанПиН 2.3/2.4.3590-20 не установлена дополнительная потребность для районов Крайнего Севера и местностей приравненных к ним
Расчетное соотношение доли макронутриентов в калорийности рациона нормативных показателей СанПиН 2.3/2.4.3590-20	13%	30%	57%	100%	
Нормативные показатели МР 2.3.1 0253-21 (суточная потребность с учетом тепловых потерь и усвояемости)	76	85	370	2550	В методических рекомендациях МР 2.3.1 0253-21 "Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения РФ" для взрослого населения предусмотрена дополнительная 15% потребность на адаптацию к холодному климату (для детского населения не предусмотрена)
Соотношение доли макронутриентов в калорийности рациона исходя из нормативных показателей МР МР 2.3.1 0253-21	12%	30%	58%	100%	
Оптимальное соотношение доли макронутриентов в калорийности рациона для детей в соответствии с МР 2.3.1 0253-21	12-15%	25-35%	55-60%		
Нормативные показатели МР 2.4.5 0146-19 "Организация питания детей дошкольного и школьного возраста в организованных коллективах на территории Арктической зоны РФ" (суточная потребность с учетом тепловых потерь и усвояемости)	85	95	410	2837	Потребность по МР 2.4.5 0146-19 на летний сезон исчислена как суточная потребность по МР 2.3.1 0253-21 с учетом 5% дополнительной потребности на адаптацию к холодному климату
Установленное соотношение доли макронутриентов в калорийности рациона исходя из нормативных показателей МР 2.4.5 0146-19	12%	30%	58%	100%	
Адекватная суточная потребность для детского (пришлого) населения Арктики, Крайнего Севера (приравненных местностей) (без учета тепловых потерь и усвояемости)	95	97	402	2856	Потребность на летний сезон для возрастной группы 7-11 лет пришкольного населения Крайнего Севера исчислена как суточная потребность по СанПиН 2.3/2.4 3590-20 с учетом 5% дополнительной потребности на адаптацию к холодному климату (экстраполирована методика исчисления потребности по МР 2.4.5 0146-19)
Оптимальное соотношение доли макронутриентов в калорийности рациона	13%	31%	56%	100%	
Суточная потребность для детского (пришлого) населения Арктики, Крайнего Севера (приравненных местностей) в период летнего отдыха и оздоровления (без учета тепловых потерь и усвояемости)	105	107	442	3142	СанПиН 2.3/2.4 3590-20 п.8.1.2.4. На период летнего отдыха и оздоровления (до 90 дней), в выходные, праздничные и каникулярные дни, при повышенной физической нагрузке (спортивные соревнования, слеты, сборы и тому подобное) нормы питания, включая калорийность суточного рациона, должны быть увеличены не менее чем на 10,0% в день на каждого человека.

Структура типового меню основного (организованного) питания детей, посещающих оздоровительные лагеря с дневным пребыванием, функционирующие на базе общеобразовательных организаций Петропавловск-Камчатского городского округа

	понедельник 1		вторник 1		среда 1		четверг 1		пятница 1	
	Завтрак	Блюдо из творога, в т.ч. с соусом	150	Каша (суп) молочная	150	Блюдо из яиц	150	Блюдо из творога, в т.ч. с соусом	150	Каша (суп) молочная
					Подгарнировка из свежих овощей	40				
Масло сливочное порционно		10	Масло сливочное порционно	10	Масло сливочное порционно	10	Масло сливочное порционно	10	Масло сливочное порционно	10
			Сыр порционно	15					Сыр порционно	15
			Яйцо вареное	40					Яйцо вареное	40
Хлеб		40	Хлеб	40	Хлеб	60	Хлеб	40	Хлеб	40
Напиток горячий		200	Напиток горячий молочносодержащий	200	Напиток горячий	200	Напиток горячий	200	Напиток горячий молочносодержащий	200
Фрукт		100	Фрукт	100	Фрукт	100	Фрукт	100	Фрукт	100
Обед	Салат из свежих овощей	100	Салат из свежих овощей	100	Салат из свежих овощей	100	Салат из вареных овощей	100	Салат из свежих овощей	100
	Щи, борщи, супы овощные	250	Рассольники, супы с крупами, бобовыми, макаронными изделиями	250	Суп рыбный	250	Рассольники, супы с крупами, бобовыми, макаронными изделиями	250	Щи, борщи, супы овощные	250
	Блюдо из мяса, в т.ч. с соусом	100	Блюдо из птицы, в т.ч. с соусом	100	Блюдо из мяса, в т.ч. с соусом	100	Блюдо из рыбы, в т.ч. с соусом	100	Блюдо из мяса, в т.ч. с соусом	100
	Гарнир из круп, бобовых, макаронных изделий	180	Гарнир из картофеля и овощей	180	Гарнир из круп, бобовых, макаронных изделий	180	Гарнир из картофеля и овощей	180	Гарнир из круп, бобовых, макаронных изделий	180
	Напиток холодный	200	Напиток холодный	200	Напиток холодный	200	Напиток холодный	200	Напиток холодный	200
	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40
	Хлеб ржано-пшеничный	60	Хлеб ржано-пшеничный	60	Хлеб ржано-пшеничный	60	Хлеб ржано-пшеничный	60	Хлеб ржано-пшеничный	60
Полдник	Мучное кулинарное изделие	60	Мучное кулинарное изделие	60	Мучное кулинарное изделие	60	Мучное кулинарное изделие	60	Мучное кулинарное изделие	60
	Фрукт	100	Фрукт	100	Фрукт	100	Фрукт	100	Фрукт	100
	Напиток горячий молочносодержащий	200	Напиток кисломолочный	200	Напиток кисломолочный	200	Напиток горячий молочносодержащий	200	Напиток кисломолочный	200

Структура типового меню основного (организованного) питания детей, посещающих оздоровительные лагеря с дневным пребыванием, функционирующие на базе общеобразовательных организаций Петропавловск-Камчатского городского округа

понедельник 2		вторник 2		среда 2		четверг 2		пятница 2	
Блюдо из творога, в т.ч. с соусом	150	Каша (суп) молочная	150	Блюдо из яиц	150	Блюдо из творога, в т.ч. с соусом	150	Каша (суп) молочная	150
				Подгарнировка из свежих овощей	40				
Масло сливочное порционно	10	Масло сливочное порционно	10	Масло сливочное порционно	10	Масло сливочное порционно	10	Масло сливочное порционно	10
		Сыр порционно	15					Сыр порционно	15
		Яйцо вареное	40					Яйцо вареное	40
Хлеб	40	Хлеб	40	Хлеб	40	Хлеб	40	Хлеб	40
Напиток горячий	200	Напиток горячий молочносодержащий	200	Напиток горячий	200	Напиток горячий	200	Напиток горячий молочносодержащий	200
Фрукт	100	Фрукт	100	Фрукт	100	Фрукт	100	Фрукт	100
Салат из свежих овощей	100	Салат из свежих овощей	100	Салат из свежих овощей	100	Салат из свежих овощей	100	Салат из вареных овощей	100
Рассольники, супы с крупами, бобовыми, макаронными изделиями	250	Щи, борщи, супы овощные	250	Рассольники, супы с крупами, бобовыми, макаронными изделиями	250	Щи, борщи, супы овощные	250	Суп рыбный	250
Блюдо из мяса, в т.ч. с соусом	100	Блюдо из птицы, в т.ч. с соусом	100	Блюдо из мяса, в т.ч. с соусом	100	Блюдо из рыбы, в т.ч. с соусом	100	Блюдо из мяса, в т.ч. с соусом	100
Гарнир из картофеля и овощей	180	Гарнир из круп, бобовых, макаронных изделий	180	Гарнир из картофеля и овощей	180	Гарнир из круп, бобовых, макаронных изделий	180	Гарнир из картофеля и овощей	180
Напиток холодный	200	Напиток холодный	200	Напиток холодный	200	Напиток холодный	200	Напиток холодный	200
Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржано-пшеничный	60	Хлеб ржано-пшеничный	60	Хлеб ржано-пшеничный	60	Хлеб ржано-пшеничный	60	Хлеб ржано-пшеничный	60
Мучное кулинарное изделие	60	Мучное кулинарное изделие	60	Мучное кулинарное изделие	60	Мучное кулинарное изделие	60	Мучное кулинарное изделие	60
Фрукт	100	Фрукт	100	Фрукт	100	Фрукт	100	Фрукт	100
Напиток горячий молочносодержащий	200	Напиток кисломолочный	200	Напиток горячий молочносодержащий	200	Напиток кисломолочный	200	Напиток кисломолочный	200

Структура типового меню основного (организованного) питания детей, посещающих оздоровительные лагеря с дневным пребыванием, функционирующие на базе общеобразовательных организаций Петропавловск-Камчатского городского округа

	понедельник 1		вторник 1		среда 1		четверг 1		пятница 1	
	Завтрак	Запеканка из творога	150	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы	200	Фритатта с помидорами	200	Сырники из творога	150	Каша вязкая из овсяных хлопьев
Мороженое ванильное		30	Соус ягодный	15	Подгарнировка из свежих огурцов	60	Соус вишневый	50	Соус ягодный	15
Масло сливочное порционно		10	Масло сливочное порционно	10	Масло сливочное порционно	10	Масло сливочное порционно	10	Масло сливочное порционно	10
			Сыр порционно	15					Сыр порционно	15
			Яйцо вареное	40					Яйцо вареное	40
Батон		50	Батон	50	Батон	80	Батон	50	Батон	50
Чай с сахаром и лимоном, 200/11		200	Горячий шоколад	200	Чай с ягодами, 200/11	200	Чай с сахаром и лимоном, 200/11	200	Какао на молоке, 200/11	200
Груша		200	Виноград	150	Банан	150	Яблоко	150	Яблоко	150
	640		680		700		610		680	
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	Салат картофельный с кукурузой и морковью	100	Салат из цветной капусты, брокколи, помидоров и зелени	100	Салат из белокочанной и краснокочанной капусты с огурцами	100	Салат зеленый с огурцами	100
	Щи зеленые со сметаной с курицей, 250/10/115	275	Суп-лапша домашняя с курицей	250	Суп рыбный по-шведски	250	Суп крестьянский с рисом с говядиной, 250/10	260	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной с курицей, 250/10/10	270
	Бефстроганов из говядины	100	Куриное филе панированное запеченное	100	Плов с говядиной	280	Кальмар, запеченный в сметанном соусе	100	Пельмени мясные отварные с маслом сливочным	280
	Каша гречневая рассыпчатая	180	Вок из овощей	180			Картофельное пюре	180		
	Компот из черной смородины, 200/11	200	Сок фруктовый	200	Компот из вишни, 200/11	200	Лимонад апельсиновый	200	Морс из брусники, 200/11	200
	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50
	Хлеб ржано-пшеничный	80	Хлеб ржано-пшеничный	80	Хлеб ржано-пшеничный	80	Хлеб ржано-пшеничный	80	Хлеб ржано-пшеничный	80
		985		960		960		970		980
Полдник	Блинчики с джемом, 60/10	70	Пицца школьная с курицей	80	Ватрушка с творогом	60	Пита с сыром	75	Блинчики с джемом	70
	Банан	120	Яблоко	150	Груша	150	Слива	130	Виноград	150
	Какао на молоке, 200/11	200	Снежок	200	Коктейль молочный шоколадный промышленного производства	200	Напиток кофейный на молоке, 200/11	200	Ряженка	200
		390		430		410		405		420
	2015		2070		2070		1985		2080	

Структура типового меню основного (организованного) питания детей, посещающих оздоровительные лагеря с дневным пребыванием, функционирующие на базе общеобразовательных организаций Петропавловск-Камчатского городского округа

понедельник 2		вторник 2		среда 2		четверг 2		пятница 2	
Пудинг из творога (запеченный)	150	Каша вязкая молочная рисовая	200	Фритатта с картофелем и сыром	170	Вареники с творогом	200	Хлопья кукурузные с молоком	200
Соус шоколадный	30	Соус ягодный	15	Подгарнировка из свежих помидоров	60	Соус ванильный	50		
Масло сливочное порционнно	10	Масло сливочное порционнно	10	Масло сливочное порционнно	10	Масло сливочное порционнно	10	Масло сливочное порционнно	10
		Сыр порционнно	15					Сыр порционнно	15
		Яйцо вареное	40					Яйцо вареное	40
Батон	50	Батон	50	Батон	80	Батон	50	Батон	50
Чай с ягодами, 200/11	200	Горячий шоколад	200	Чай с сахаром и лимоном, 200/11	200	Чай с ягодами, 200/11	200	Какао на молоке, 200/11	200
Яблоко	150	Черешня	130	Виноград	150	Груша	150	Яблоко	200
	590		660		670		660		715
Салат из свежих помидоров	100	Салат из кальмаров со сладким перцем и луком	100	Салат из цветной капусты, брокколи и зелени	100	Салат из свежих помидоров и перца сладкого	100	Салат картофельный с кукурузой и морковью	100
Суп картофельный с рисом с говядиной, 250/10	260	Свекольник со сметаной с курицей, 250/10/10	270	Суп картофельный с горохом с говядиной, 250/10	260	Суп картофельный с мясными фрикадельками, 250/20	270	Суп рыбный с кабачками, помидорами и сладким перцем	250
Азу из говядины	280	Куриное филе в сырном соусе	100	Запеканка картофельная с говядиной и печенью	280	Пельмени рыбные с маслом сливочным	280	Жаркое по-домашнему (говядина)	280
		Макаронные изделия отварные с овощами	180						
Компот из черной смородины, 200/11	200	Сок фруктовый	200	Компот из вишни, 200/11	200	Лимонад Бодрость	200	Морс из брусники, 200/11	200
Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50
Хлеб ржано-пшеничный	80	Хлеб ржано-пшеничный	80	Хлеб ржано-пшеничный	80	Хлеб ржано-пшеничный	80	Хлеб ржано-пшеничный	80
	970		980		970		980		960
Пирожок с мясом и рисом	75	Булочка сдобная с вишней	60	Пицца школьная с курицей	80	Блинчики с повидлом, 60/10	70	Пита с сыром	75
Слива	130	Яблоко	150	Слива	130	Яблоко	150	Виноград	100
Какао на молоке, 200/11	200	Снежок	200	Напиток кофейный на молоке, 200/11	200	Коктейль молочный промышленного производства	200	Ряженка 2,5%	200
	405		410		410		420		375
	1965		2050		2050		2060		2050

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МАОУ (МБОУ) «Средняя школа № ____» Петропавловск-Камчатского городского округа

« _____ » _____ 2024

М.П.

Типовое меню основного (организованного) питания детей, посещающих оздоровительные лагеря с дневным пребыванием, функционирующие на базе общеобразовательных организаций Петропавловск-Камчатского городского округа

возрастная группа: 12-18 лет
 Сезон: летний
 День: понедельник
 Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
223/М/ССЖ	Запеканка из творога с мороженым, 150/30	180	26,98	18,46	34,09	415,59	0,10	0,76	121,5	0,77	264,81	342,83	39,82	1,01
14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3	0,05	0,03
	Батон	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08			0,65	11,5	43,5	16,5	1
377/М/ССЖ	Чай с сахаром и лимоном, 200/11	200	0,26	0,03	11,26	47,79		2,9	0,5	0,01	8,08	9,78	5,24	0,9
338/М	Груша	200	0,8	0,60	20,60	94,0	0,04	10,0	4	0,8	38,0	32	24	4,60
Итого за Завтрак		640	32,07	26,84	90,23	740,98	0,22	13,66	171	2,33	324,79	431,11	85,61	7,54
Обед														
24/М/ССЖ	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,04	5,16	3,89	67,47	0,05	18,5	77,04	2,62	21,33	32,55	17,56	0,75
89/М/ССЖ	Щи зеленые со сметаной с курицей, 250/10/15	275	7,09	9,72	11,26	162,52	0,37	44,69	382,5	3,57	68,11	144,13	80,53	2,36
245/М/ССЖ	Бефстроганов из говядины	100	15,73	16,15	5,56	230,99	0,53	6,14	29,5	2,85	36,51	174,86	24,72	2,4
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,36	5,8	37,75	236,33	0,28		23,82	0,58	15,14	198,33	132,07	4,44
342/М/ССЖ	Компот из черной смородины, 200/11	200	0,2	0,08	12,44	52,69	0,01	40	3,4	0,14	7,53	6,6	6,2	0,29
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08			0,65	11,5	43,5	16,5	1
	Хлеб ржано-пшеничный	80	4,48	0,88	39,52	158,4	0,13			1,12	23,2	120	37,6	3,12
Итого за Обед		985	40,85	38,29	134,57	1025,9	1,45	109,33	516,26	11,53	183,32	719,97	315,18	14,36
Полдник														
	Блинчики с джемом, 60/10	70	5,31	6,05	29,09	192,37	0,07	0,78	28,8	2,04	80,78	88,1	13,32	0,53
	Банан	120	1,8	0,6	25,2	115,2	0,05	12	24	0,48	9,6	33,6	50,4	0,72
	Какао на молоке, 200/11	200	3,58	2,85	15,71	104,05	0,04	1,17	19,92	0,1	113,45	107,2	29,6	1
Итого за Полдник		390	10,69	9,50	70,00	411,62	0,16	13,95	72,72	2,62	203,83	228,9	93,32	2,25
Итого за день		2 015	83,61	74,63	294,80	2178,5	1,83	136,94	759,98	16,48	711,94	1379,98	494,11	24,15

День: вторник
Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
173/М/ССЖ	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы	200	7,73	4,76	42,43	244,19	0,18	1,04	31,1	0,94	119,05	208,67	40,77	2,42
378/К/ССЖ	Соус ягодный	15	0,11	0,03	3,48	15,26		2,1		0,04	5,24	4,2	3,64	0,08
14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3	0,05	0,03
15/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43		54,6	0,01	0,11	43,2	0,08	132	75	5,25	0,15
209/М	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	0,03		104	0,24	22	76,8	4,8	1
	Батон	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08			0,65	11,5	43,5	16,5	1
414/К/ССЖ	Горячий шоколад	200	7,42	6,08	18,67	162,07	0,06	1,13	25,91	0,11	177,55	214,2	81,77	3,42
338/М	Виноград	150	0,9	0,9	23,1	108	0,08	9	7,5	0,6	45	33	25,5	0,9
Итого за Завтрак		680	28,75	28,55	112,24	830,52	0,44	13,38	256,71	2,76	514,74	658,37	178,28	9
Обед														
39/М/ССЖ	Салат картофельный с кукурузой и морковью	100	1,70	5,53	9,94	96,04	0,06	10,9	552,5	2,38	18,6	49,61	23,48	0,63
212/М/ССЖ	Суп-лапша домашняя с курицей	250	8,02	8,34	22,44	196,98	0,25	4,4	33,1	2,36	23,73	84,44	13,64	0,99
293/И	Куриное филе запеченное панированное	100	20,41	9,9	5,41	188,33	0,11		20,18	0,6	13,24	188,42	23,33	1,08
177/К/ССЖ	Вок из овощей	180	4,11	6,62	19,67	154,82	0,46	48,6	660,73	3,02	80,03	97,47	49,63	1,87
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08			0,65	11,5	43,5	16,5	1
	Хлеб ржано-пшеничный	80	4,48	0,88	39,52	158,4	0,13			1,12	23,2	120	37,6	3,12
Итого за Обед		960	43,67	31,97	141,33	1004,07	1,11	67,9	1266,52	10,33	184,3	597,44	172,18	11,49
Полдник														
412/М/ССЖ	Пицца Школьная с курицей	80	12,9	7,18	29,04	233,19	0,1	1,43	52,19	1,25	142,41	151,27	31,05	1,01
338/М	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3
	Снежок	200	5,4	5	21,6	158	0,06	1,8	40		242	188	30	0,2
Итого за Полдник		430	18,90	12,78	65,34	461,69	0,21	18,23	99,69	1,55	408,41	355,77	74,55	4,51
Итого за день		2 070	91,32	73,30	318,91	2296,28	1,76	99,52	1622,92	14,64	1107,41	1611,58	425,01	25,00

День: среда
Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
214/И	Фритатта с помидорами	200	16,21	18,97	4,18	254,47	0,14	22	429,04	3,54	80,16	253,76	32,11	3,81
71/М	Подгарнировка из свежих огурцов	60	0,48	0,06	1,5	8,4	0,02	6	6	0,06	10,2	18	8,4	0,3
14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3	0,05	0,03
377/И	Чай ягодный, 200/11	200	0,25	0,06	11,62	48,63		1,15	1,06	0,07	7,03	9,36	4,89	0,88
	Батон	80	6,32	0,8	38,64	188	0,13			1,04	18,4	69,6	26,4	1,6
338/М	Банан	150	2,25	0,75	31,5	144	0,06	15	30	0,6	12	42	63	0,9
Итого за Завтрак		700	25,59	27,89	87,57	709,6	0,35	44,15	511,1	5,41	130,19	395,72	134,85	7,52
Обед														
32/И	Салат из цветной капусты, брокколи, помидоров и зелени	100	1,66	5,14	3,65	69,17	0,06	46,75	161,79	2,72	50,76	39,86	22,91	1,03
82/И	Суп рыбный по-шведски	250	7,98	12,33	6,53	169,45	0,08	9,44	352,37	1,55	34,31	123,15	24,24	0,92
265/М/ССЖ	Плов с говядиной	280	24,17	16,81	47,64	441,93	0,2	4,35	820	5,03	33,11	322,47	76,49	3,15
342/М/ССЖ	Компот из вишни, 200/11	200	0,16	0,04	13,1	54,29	0,01	3		0,06	7,73	6	5,2	0,13
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08			0,65	11,5	43,5	16,5	1
	Хлеб ржано-пшеничный	80	4,48	0,88	39,52	158,4	0,13			1,12	23,2	120	37,6	3,12
Итого за Обед		960	42,40	35,70	134,59	1010,74	0,56	63,54	1334,16	11,13	160,61	654,98	182,94	9,35
Полдник														
410/М/ССЖ	Ватрушка с творогом	60	7,52	6,62	22,33	179,7	0,06	0,15	25,76	1,8	47,54	86,38	10,61	0,56
338/М	Груша	150	0,6	0,45	15,45	70,5	0,03	7,5	3	0,6	28,5	24	18	3,45
	Коктейль молочный шоколадный пром.произ.	200	6,1	5,4	41,7	238	0,1		36	0,1	264	252	32	0,62
Итого за Полдник		410	14,22	12,47	79,48	488,2	0,19	7,65	64,76	2,5	340,04	362,38	60,61	4,63
Итого за день		2 070	82,21	76,06	301,64	2208,54	1,1	115,34	1910,02	19,04	630,84	1413,08	378,4	21,5

День: четверг
Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
219/М/ССЖ	Сырники из творога с соусом вишневым, 150/50	200	27,11	13,42	37,40	385,99	0,10	6,83	81,9	0,71	244,15	331,15	45,33	1,07
14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3	0,05	0,03
377/М/ССЖ	Чай с сахаром и лимоном, 200/11	200	0,26	0,03	11,26	47,79		2,9	0,5	0,01	8,08	9,78	5,24	0,9
	Батон	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08			0,65	11,5	43,5	16,5	1
338/М	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3
Итого за Завтрак		610	32,00	21,80	87,64	687,88	0,23	24,73	134,9	1,77	290,13	403,93	80,62	6,3
Обед														
52/И	Салат из белокочанной и краснокочанной капусты с огурцами	100	1,2	5,17	4,27	68,65	0,04	45,80	27,80	2,32	48,50	29,98	15,73	0,57
98/М/ССЖ	Суп крестьянский с рисом с говядиной, 250/10	260	5,26	6,73	14,26	139,79	0,18	29,45	211,15	2,41	24,53	87,9	25,87	1,38
232/И	Кальмар, запеченный в сметанном соусе	100	21,01	11,86	9	227,46	0,21	1,66	36,14	5,15	87,56	296,26	98,67	1,35
128/М/ССЖ	Картофельное пюре	180	3,96	7,12	26,55	186,58	0,2	31,16	46,78	0,26	52,76	117,3	39,49	1,44
467/К/ССЖ	Лимонад апельсиновый	200	0,27	0,06	17,4	72,75	0,01	18	2,4	0,06	10,65	6,9	3,9	0,14
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08			0,65	11,5	43,5	16,5	1
	Хлеб ржано-пшеничный	80	4,48	0,88	39,52	158,4	0,13			1,12	23,2	120	37,6	3,12
Итого за Обед		970	40,11	32,32	135,15	971,13	0,85	126,07	324,27	11,97	258,70	701,84	237,76	9,00
Полдник														
592/К/ССЖ	Пита с сыром	75	10,31	9,15	24,19	221,96	0,07	0,23	65,33	1,08	182,56	148,75	15,47	0,65
338/М	Слива	130	1,04	0,39	12,48	63,7	0,08	13	22,1	0,78	26	26	11,7	0,65
379/М/ССЖ	Напиток кофейный на молоке, 200/11	200	2,94	2,54	15,92	99,04	0,04	1,3	22	0,1	120,54	90	14,05	0,13
Итого за Полдник		405	14,29	12,08	52,59	384,7	0,19	14,53	109,43	1,96	329,1	264,75	41,22	1,43
Итого за день		1985	86,40	66,20	275,38	2043,7	1,27	165,33	568,60	15,70	877,93	1370,52	359,60	16,73

День: пятница
Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
173/М/ССЖ	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес"	200	7,63	6,84	35,44	234,34	0,23	1,04	31,1	0,58	120,33	214,17	23,75	1,66
378/К/ССЖ	Соус ягодный	15	0,11	0,03	3,48	15,26		2,1		0,04	5,24	4,2	3,64	0,08
14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3	0,05	0,03
15/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43		54,6	0,01	0,11	43,2	0,08	132	75	5,25	0,15
209/М	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	0,03		104	0,24	22	76,8	4,8	1
382/М/ССЖ	Какао на молоке, 200/11	200	3,58	2,85	15,71	104,05	0,04	1,17	19,92	0,1	113,45	107,2	29,6	1
	Батон	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08			0,65	11,5	43,5	16,5	1
338М	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3
Итого за Завтрак		680	24,51	27,10	93,89	725,15	0,44	19,42	250,72	2,09	430,92	540,37	97,09	8,22
Обед														
18/М/ССЖ	Салат зеленый с огурцами	100	0,98	5,14	2,07	57,95	0,02	5,3	5,3	2,25	10,11	16,23	7,49	0,27
82/М/ССЖ	Борщ из капусты с картофелем со сметаной с курицей, 250/10/10	270	4,7	6,88	9,85	120,22	0,07	20,54	223,5	1,97	47,61	78,92	27,14	1,21
392/М/ССЖ	Пельмени мясные отварные	280	27,23	23,29	75,89	621,37	0,25	2,9	42,6	2,24	43,67	275,84	44,29	2,85
342/М/ССЖ	Морс из брусники, 200/11	200	0,14	0,1	12,62	53,09		3	1,6	0,2	5,33	3,2	1,4	0,11
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08			0,65	11,5	43,5	16,5	1
	Хлеб ржано-пшеничный	80	4,48	0,88	39,52	158,4	0,13			1,12	23,2	120	37,6	3,12
Итого за Обед		980	41,48	36,79	164,10	1128,53	0,55	31,74	273	8,43	141,42	537,69	134,42	8,56
Полдник														
398/М/ССЖ	Блинчики с джемом, 60/10	70	5,31	6,05	29,09	192,37	0,07	0,78	28,8	2,04	80,78	88,1	13,32	0,53
338/М	Виноград	150	0,9	0,9	23,1	108	0,08	9	7,5	0,6	45	33	25,5	0,9
	Ряженка 2,5%	200	6	5	8,4	102	0,04				248	184	28	0,2
Итого за Полдник		420	12,21	11,95	60,59	402,37	0,19	9,78	36,3	2,64	373,78	305,1	66,82	1,63
Итого за день		2 080	78,20	75,84	318,58	2256,05	1,18	60,94	560,02	13,16	946,12	1383,16	298,33	18,41

День: понедельник
Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
222/М/ССЖ	Пудинг из творога (запеченный) с соусом шоколадным, 150/30	180	28,68	17,35	37,86	428,35	0,10	0,82	116,42	0,65	277,02	377,47	53,46	1,72
14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3	0,05	0,03
377/И	Чай ягодный, 200/11	200	0,25	0,06	11,62	48,63		1,15	1,06	0,07	7,03	9,36	4,89	0,88
	Батон	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08			0,65	11,5	43,5	16,5	1
338/М	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3
Итого за Завтрак		590	33,56	25,76	88,46	731,08	0,23	16,97	169,98	1,77	321,95	449,83	88,4	6,93
Обед														
23/М/ССЖ	Салат из свежих помидоров	100	1,13	5,19	4,35	70,79	0,06	23	115,9	2,81	20,14	30,93	19,06	0,87
101/М/ССЖ	Суп картофельный с рисом с говядиной, 250/10	260	5,11	6,82	17,95	153,89	0,19	14,45	211,15	2,38	17,89	89,63	27,56	1,21
274/К/ССЖ	Азу из говядины	280	26,45	19,59	30,63	405,52	0,98	38,39	14,6	3,92	46,65	334,1	70,6	5,03
342/М/ССЖ	Компот из черной смородины, 200/11	200	0,2	0,08	12,44	52,69	0,01	40	3,4	0,14	7,53	6,6	6,2	0,29
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08			0,65	11,5	43,5	16,5	1
	Хлеб ржано-пшеничный	80	4,48	0,88	39,52	158,4	0,13			1,12	23,2	120	37,6	3,12
Итого за Обед		970	41,32	33,06	129,04	958,79	1,45	115,84	345,05	11,02	126,91	624,76	177,52	11,52
Полдник														
408/М/ССЖ	Пирожки с мясом и рисом	75	9,9	9,51	30,83	248,52	0,09	0,3	37,06	1,7	16,36	97,85	15,75	0,99
338/М	Слива	130	1,04	0,39	12,48	63,7	0,08	13	22,1	0,78	26	26	11,7	0,65
382/М/ССЖ	Какао на молоке, 200/11	200	3,58	2,85	15,71	104,05	0,04	1,17	19,92	0,1	113,45	107,2	29,6	1
Итого за Полдник		405	14,52	12,75	59,02	416,27	0,21	14,47	79,08	2,58	155,81	231,05	57,05	2,64
Итого за день		1 965	89,40	71,57	276,52	2106,14	1,89	147,28	594,11	15,37	604,67	1305,64	322,97	21,09

День: вторник
Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
173/М/ССЖ	Каша вязкая молочная из рисовой крупы	200	4,86	4,54	35,51	202,86	0,06	1,04	31,1	0,25	102,33	127,43	29,37	0,48
378/К/ССЖ	Соус ягодный	15	0,11	0,03	3,48	15,26		2,1		0,04	5,24	4,2	3,64	0,08
14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3	0,05	0,03
15/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43		54,6	0,01	0,11	43,2	0,08	132	75	5,25	0,15
209/М	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	0,03		104	0,24	22	76,8	4,8	1
414/К/ССЖ	Горячий шоколад	200	7,42	6,08	18,67	162,07	0,06	1,13	25,91	0,11	177,55	214,2	81,77	3,42
	Батон	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08			0,65	11,5	43,5	16,5	1
338/М	Черешня	130	1,43	0,52	13,78	67,6	0,01	19,5	32,5	0,39	42,9	36,4	31,2	2,34
Итого за Завтрак		660	26,41	27,95	96,00	748,79	0,25	23,88	281,71	1,86	495,92	580,53	172,58	8,5
Обед														
51/И	Салат из кальмаров со сладким перцем и луком	100	4,16	5,48	3,25	79,05	0,06	80,86	160,31	3,02	31,05	54,27	21,91	0,58
113/И	Свекольник со сметаной с курицей, 250/10/10	270	5,17	7,97	14,84	151,77	0,09	18,74	224,12	2,44	48,68	96,74	34,44	1,63
322/К/ССЖ	Куриное филе в сырном соусе	100	17,32	14,43	0,79	200,59	0,07	0,19	72,82	0,58	150,77	206,14	20,51	0,73
309/И	Макаронные изделия отварные с овощами	180	6,21	3,57	37,3	206,96	0,12	4,3	583,5	0,93	22,11	68,2	22,74	1,15
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08			0,65	11,5	43,5	16,5	1
	Хлеб ржано-пшеничный	80	4,48	0,88	39,52	158,4	0,13			1,12	23,2	120	37,6	3,12
Итого за Обед		980	42,29	33,03	140,05	1006,27	0,57	108,09	1040,75	8,94	301,31	602,85	161,7	11,01
Полдник														
421/М/ССЖ	Булочка сдобная с вишней	60	3,82	6,66	25,86	179,26	0,06	2,15	44,68	0,57	19	44,04	9,59	0,55
338/М	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3
	Снежок	200	5,4	5	21,6	158	0,06	1,8	40		242	188	30	0,2
Итого за Полдник		410	9,82	12,26	62,16	407,76	0,17	18,95	92,18	0,87	285	248,54	53,09	4,05
Итого за день		2 050	78,52	73,24	298,21	2162,82	0,99	150,92	1414,64	11,67	1082,23	1431,92	387,37	23,56

День: среда
Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
216/И	Фритатта с картофелем и сыром	170	17,59	17,31	11,23	271,6	0,16	12,87	325,72	0,79	156,85	299,22	31,52	3,44
71/М	Подгарнировка из свежих помидоров	60	0,66	0,12	2,28	14,4	0,04	15	79,8	0,42	8,4	15,6	12	0,54
14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3	0,05	0,03
377/М/ССЖ	Чай с сахаром и лимоном, 200/11	200	0,26	0,03	11,26	47,79		2,9	0,5	0,01	8,08	9,78	5,24	0,9
	Батон	80	6,32	0,8	38,64	188	0,13			1,04	18,4	69,6	26,4	1,6
338/М	Виноград	150	0,9	0,9	23,1	108	0,08	9	7,5	0,6	45	33	25,5	0,9
Итого за Завтрак		670	25,81	26,41	86,64	695,89	0,41	39,77	458,52	2,96	239,13	430,2	100,71	7,41
Обед														
32/И	Салат из цветной капусты, брокколи, помидоров и зелени	100	1,66	5,14	3,65	69,17	0,06	46,75	161,79	2,72	50,76	39,86	22,91	1,03
102/М/ССЖ	Суп картофельный с бобовыми (горохом) с говядиной, 250/10	260	8,91	7,02	19,36	176,54	0,36	13,45	211,4	2,43	34,76	117	39,03	2,47
284/М/ССЖ	Запеканка картофельная с говядиной и печенью	280	22,43	21,54	43,7	459,19	0,46	61,75	3647,48	2,88	45,06	387,21	78,91	6,14
342/М/ССЖ	Компот из вишни, 200/11	200	0,16	0,04	13,1	54,29	0,01	3		0,06	7,73	6	5,2	0,13
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08			0,65	11,5	43,5	16,5	1
	Хлеб ржано-пшеничный	80	4,48	0,88	39,52	158,4	0,13			1,12	23,2	120	37,6	3,12
Итого за Обед		970	41,59	35,12	143,48	1035,09	1,1	124,95	4020,67	9,86	173,01	713,57	200,15	13,89
Полдник														
412/М/ССЖ	Пицца Школьная с курицей	80	12,9	7,18	29,04	233,19	0,1	1,43	52,19	1,25	142,41	151,27	31,05	1,01
338/М	Слива	130	1,04	0,39	12,48	63,7	0,08	13	22,1	0,78	26	26	11,7	0,65
379/М/ССЖ	Напиток кофейный на молоке, 200/11	200	2,94	2,54	15,92	99,04	0,04	1,3	22	0,1	120,54	90	14,05	0,13
Итого за Полдник		410	16,88	10,11	57,44	395,93	0,22	15,73	96,29	2,13	288,95	267,27	56,8	1,79
Итого за день		2 050	84,28	71,64	287,56	2126,91	1,73	180,45	4575,48	14,95	701,09	1411,04	357,66	23,09

День: четверг
Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
394/М/ССЖЖ	Вареники с творогом отварные с соусом ванильным, 200/50	250	27,16	15,14	55,82	471,57	0,16	0,74	120,52	1,22	198,58	305,57	35,52	1,6
14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3	0,05	0,03
377/И	Чай ягодный, 200/11	200	0,25	0,06	11,62	48,63		1,15	1,06	0,07	7,03	9,36	4,89	0,88
	Батон	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08			0,65	11,5	43,5	16,5	1
338/М	Груша	150	0,6	0,45	15,45	70,5	0,03	7,5	3	0,6	28,5	24	18	3,45
Итого за Завтрак		660	32,04	23,40	107,17	774,3	0,27	9,39	169,58	2,64	248,01	385,43	74,96	6,91
Обед														
27/М/ССЖ	Салат из свежих помидоров и перца сладкого	100	1,15	5,15	3,87	68,22	0,06	66,1	186,76	2,92	26,53	23,83	16,73	0,81
104/М/ССЖ	Суп картофельный с мясными фрикадельками, 250/20	270	6,93	5,05	18,06	146,1	0,15	23,2	215,04	1,22	24,92	115,73	36,18	1,42
392/М/ССЖ	Пельмени рыбные с маслом сливочным	280	23,64	20,29	56,56	502,89	0,23	3,78	134,3	2,29	55,07	285,24	43,59	1,78
840/И	Лимонад Бодрость	200	0,31	0,09	17,81	75,05	0,01	18,75	2,8	0,11	11,9	7,7	4,25	0,16
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08			0,65	11,5	43,5	16,5	1
	Хлеб ржано-пшеничный	80	4,48	0,88	39,52	158,4	0,13			1,12	23,2	120	37,6	3,12
Итого за Обед		980	40,46	31,96	159,97	1068,16	0,66	111,83	538,9	8,31	153,12	596	154,85	8,29
Полдник														
398/М/ССЖ	Блинчики с повидлом, 60/10	70	5,31	6,05	29,09	192,37	0,07	0,78	28,8	2,04	80,78	88,1	13,32	0,53
338/М	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3
	Коктейль молочный шоколадный пром.произ.	200	6,1	5,4	41,7	238	0,1		36	0,1	264	252	32	0,62
Итого за Полдник		420	12,01	12,05	85,49	500,87	0,22	15,78	72,3	2,44	368,78	356,6	58,82	4,45
Итого за день		2 060	84,51	67,41	352,63	2343,33	1,15	137	780,78	13,39	769,91	1338,03	288,63	19,65

День: пятница
Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
172/М	Хлопья кукурузные с молоком	200	6,81	4,45	29,05	185,58	0,41	2,3	229,94	0,24	213,15	172,3	28,78	5
14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3	0,05	0,03
15/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43		54,6	0,01	0,11	43,2	0,08	132	75	5,25	0,15
209/М	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	0,03		104	0,24	22	76,8	4,8	1
382/М/ССЖ	Какао на молоке, 200/11	200	3,58	2,85	15,71	104,05	0,04	1,17	19,92	0,1	113,45	107,2	29,6	1
	Батон	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08			0,65	11,5	43,5	16,5	1
338/М	Яблоко	200	0,8	0,8	19,6	94	0,07	20	10	0,4	32	22	18	4,4
Итого за Завтрак		715	23,78	24,88	88,92	684,63	0,64	23,58	452,06	1,81	526,5	499,8	102,98	12,58
Обед														
39/М/ССЖ	Салат картофельный с кукурузой и морковью	100	1,7	5,53	9,94	96,04	0,06	10,91	552,51	2,38	18,56	49,61	23,48	0,63
183/И	Суп рыбный с кабачками, помидорами и сладким перцем	250	6,57	4,68	10,53	111,33	0,09	36,58	185,2	1,94	61,65	99,22	34,07	1,03
259/М/ССЖ	Жаркое по-домашнему (говядина)	280	24,33	27,33	37,1	491,95	0,35	46,8	335,8	2,79	46,87	349,27	88,65	3,78
342/М/ССЖ	Морс из брусники, 200/11	200	0,14	0,1	12,62	53,09		3	1,6	0,2	5,33	3,2	1,4	0,11
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5	0,08			0,65	11,5	43,5	16,5	1
	Хлеб ржано-пшеничный	80	4,48	0,88	39,52	158,4	0,13			1,12	23,2	120	37,6	3,12
Итого за Обед		960	41,17	39,02	133,86	1028,31	0,71	97,29	1075,11	9,08	167,11	664,8	201,7	9,67
Полдник														
592/К/ССЖ	Пита с сыром	75	10,31	9,15	24,19	221,96	0,07	0,23	65,33	1,08	182,56	148,75	15,47	0,65
338/М	Виноград	100	0,6	0,6	15,4	72	0,05	6	5	0,4	30	22	17	0,6
	Ряженка 2,5%	200	6	5	8,4	102	0,04				248	184	28	0,2
Итого за Полдник		375	16,91	14,75	47,99	395,96	0,16	6,23	70,33	1,48	460,56	354,75	60,47	1,45
Итого за день		2 050	81,86	78,65	270,77	2108,9	1,51	127,1	1597,5	12,37	1154,17	1519,35	365,15	23,7

Расчёт ХЭХ типового меню основного (организованного) питания детей, посещающих оздоровительные лагеря с дневным пребыванием, функционирующие на базе общеобразовательных организаций Петропавловск-Камчатского городского округа

	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	Холестерин	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)						ПНЖК Омега 3	ПНЖК Омега 6	
		Б общие	Б жив	Ж	У			В1	В2	С	А	Д	Е	Са	Р	Мg	Fe	К	l			Se
Среднее значение завтраков	661	28,45	17,94	26,06	93,88	732,88	187,33	0,35	0,65	22,89	285,63	1,29	2,54	352,23	477,53	111,61	8,09	568,45	27,87	18,09	0,32	1,53
Выполнение нормы, %		27%	63%	24%	21%	23%	62%	23%	36%	23%	26%	9%	17%	29%	27%	27%	45%	23%	28%	36%	16%	19%
Среднее значение обедов	972	41,53	25,34	34,73	141,61	1 023,70	68,54	0,90	0,66	95,66	1 073,47	2,31	10,06	184,98	641,39	193,84	10,71	850,44	60,22	38,99	0,96	4,97
Выполнение нормы, %		40%	61%	32%	32%	33%	23%	60%	37%	96%	98%	15%	67%	15%	36%	46%	60%	34%	60%	78%	48%	62%
Среднее значение полдников	408	14,05	9,06	12,07	64,01	426,54	9,84	0,19	0,39	13,53	79,31	0,65	2,08	321,43	297,51	62,28	2,88	286,01	8,18	9,40	0,19	1,30
Выполнение нормы, %		13%	64%	11%	14%	14%	3%	13%	22%	14%	7%	4%	14%	27%	17%	15%	16%	11%	8%	19%	10%	16%
Среднее значение за рацион	2 040	84	52	73	300	2 183	266	1	2	132	1 438	4	15	859	1 416	368	22	1705	96	66	1,47	7,80
Выполнение нормы, %		80%	62%	68%	68%	69%	89%	96%	94%	132%	131%	28%	98%	72%	79%	88%	120%	68%	96%	133%	74%	98%
100 % Норма		105	не менее 60%	107	442	3 142	300	2	1,8	100	1100	15	15	1 200	1 800	420	18	2500	100	50	2,0	8

Показатели соотношения пищевых веществ и энергии типового меню основного (организованного) питания детей, посещающих оздоровительные лагеря с дневным пребыванием, функционирующие на базе общеобразовательных организаций Петропавловск-Камчатского городского округа 12-18 лет

100 % Норма	105	107	442	3 142
-------------	-----	-----	-----	-------

Наименование дней недели, блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
	Б	Ж	У	
понедельник 1	32,07	26,84	90,23	740,98
вторник 1	28,75	28,55	112,24	830,52
среда 1	25,59	27,89	87,57	709,6
четверг 1	32	21,8	87,64	687,88
пятница 1	24,51	27,1	93,89	725,15
понедельник 2	33,56	25,76	88,46	731,08
вторник 2	26,41	27,95	96	748,79
среда 2	25,81	26,41	86,64	695,89
четверг 2	32,04	23,4	107,17	774,3
пятница 2	23,78	24,88	88,92	684,63
Среднее	28,45	26,06	93,88	732,88

Завтрак

Выполнение БЖУ				
Б	Ж	У	ЭЦ	
31%	25%	20%	24%	
27%	27%	25%	26%	
24%	26%	20%	23%	
30%	20%	20%	22%	
23%	25%	21%	23%	
32%	24%	20%	23%	
25%	26%	22%	24%	
25%	25%	20%	22%	
31%	22%	24%	25%	
23%	23%	20%	22%	
27%	24%	21%	23%	

Соотношение БЖУ		
Б	Ж	У
17%	33%	49%
14%	31%	54%
14%	35%	49%
19%	29%	51%
14%	34%	52%
18%	32%	48%
14%	34%	51%
15%	34%	50%
17%	27%	55%
14%	33%	52%
16%	32%	51%

Наименование дней недели, блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
	Б	Ж	У	
понедельник 1	40,85	38,29	134,57	1 025,9
вторник 1	43,67	31,97	141,33	1 004,07
среда 1	42,4	35,7	134,59	1 010,74
четверг 1	40,11	32,32	135,15	971,13
пятница 1	41,48	36,79	164,1	1 128,53
понедельник 2	41,32	33,06	129,04	958,79
вторник 2	42,29	33,03	140,05	1 006,27
среда 2	41,59	35,12	143,48	1 035,09
четверг 2	40,46	31,96	159,97	1 068,16
пятница 2	41,17	39,02	133,86	1 028,31
Среднее	41,53	34,73	141,61	1 023,7

Обед

Выполнение БЖУ				
Б	Ж	У	ЭЦ	
39%	36%	30%	33%	
42%	30%	32%	32%	
40%	33%	30%	32%	
38%	30%	31%	31%	
40%	34%	37%	36%	
39%	31%	29%	31%	
40%	31%	32%	32%	
40%	33%	32%	33%	
39%	30%	36%	34%	
39%	36%	30%	33%	
40%	32%	32%	33%	

Соотношение БЖУ		
Б	Ж	У
16%	34%	52%
17%	29%	56%
17%	32%	53%
17%	30%	56%
15%	29%	58%
17%	31%	54%
17%	30%	56%
16%	31%	55%
15%	27%	60%
16%	34%	52%
16%	31%	55%

Наименование дней недели, блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
	Б	Ж	У	
понедельник 1	10,69	9,5	70	411,62
вторник 1	18,9	12,78	65,34	461,69
среда 1	14,22	12,47	79,48	488,2
четверг 1	14,29	12,08	52,59	384,7
пятница 1	12,21	11,95	60,59	402,37
понедельник 2	14,52	12,75	59,02	416,27
вторник 2	9,82	12,26	62,16	407,76
среда 2	16,88	10,11	57,44	395,93
четверг 2	12,01	12,05	85,49	500,87
пятница 2	16,91	14,75	47,99	395,96
Среднее	14,05	12,07	64,01	426,54

Полдник

Выполнение БЖУ				
Б	Ж	У	ЭЦ	
10%	9%	16%	13%	
18%	12%	15%	15%	
14%	12%	18%	16%	
14%	11%	12%	12%	
12%	11%	14%	13%	
14%	12%	13%	13%	
9%	11%	14%	13%	
16%	9%	13%	13%	
11%	11%	19%	16%	
16%	14%	11%	13%	
13%	11%	14%	14%	

Соотношение БЖУ		
Б	Ж	У
10%	21%	68%
16%	25%	57%
12%	23%	65%
15%	28%	55%
12%	27%	60%
14%	28%	57%
10%	27%	61%
17%	23%	58%
10%	22%	68%
17%	34%	48%
13%	25%	60%

Анализ выполнения натуральных норм выдачи пищевых продуктов					
За день					
Наименование пищевых продуктов (групп пищевых продуктов)	Коэффициент пересчета по группе	Фактически в среднем за 1 день, нетто, грамм	Рекомендуемый суточный набор пищевых продуктов по 2.3/2.4 3590-20	Отклонение, г	% выполнения 2.3/2.4 3590-20
Продукты животного происхождения (в пересчёте на мясо жилованное)		277,61	400,83	-123,22	69,26
Молоко и кисломолочные продукты	6,40	302	530	-228	56,98
Творог	1,07	54	60	-6	90,00
Сметана	7,00	13	10	3	126,00
Сыр твердый	0,66	15	15	0	99,33
Мясо жилованное	1,00	66	78	-13	83,97
Субпродукты 1 категории	1,16	4	40	-36	11,00
Колбасные изделия	0,80	0	0	0	0,00
Птица - цыпленок-бройлер	1,27	39	53	-14	72,72
Рыба филе	1,25	26	77	-51	34,16
Яйцо куриное (шт) перевод в граммы	1,40	49	40	9	122,15
Овощи и картофель		206	306	-100	67,27
Картофель (нетто)	1,00	126	187	-61	67,59
Овощи, зелень	2,70	214	320	-106	66,75
Соки и фрукты		374	581	-207	64,38
Фрукты свежие	1,00	330	185	145	178,16
Фрукты сухие	0,15	0	26	-26	0,00
Соки	0,90	40	200	-160	20,00
Напитки витаминизированные (готовые)		0	0	0	0,00
Хлеб, мука, макаронные изделия, крупы, бобовые		309	409	-100	75,59
Хлеб пшеничный	1,50	80	120	-40	66,67
Хлеб пшеничный	1,00	109	200	-92	54,25
Крупы, бобовые	0,70	33	50	-17	66,80
Макаронные изделия	0,70	5	20	-15	24,00
Мука пшеничная	0,70	65	20	45	323,50
Продукты жировой группы		0			
Масло коровье сладкосливочное	2,40	19	35	-16	54,57
Мargarин		0	0	0	#ДЕЛО!
Масло растительное		16	18	-2	88,06
Сахар и конд. изделия		32	45	-13	71,44
Сахар	1,00	32	35	-3	91,86
Кондитерские изделия	1,50	0	15	-15	0,00
Прочие					
Чай		1	2,0	-1	30,00
Кофейный напиток		6	1,2	5	508,33
Дрожжи хлебопекарные		1	0,3	0	170,00
Соль		2	5,0	-3	48,80
Крахмал		0	4,0	-4	0,00
Специи		0	2,0	-2	10,50
Итого		1645,3	2348,50		

Анализ выполнения натуральных норм выдачи пищевых продуктов					
За Завтрак					
Наименование пищевых продуктов (групп пищевых продуктов)	Коэффициент пересчета по группе	Фактически в среднем за завтрак, нетто, грамм	Рекомендуемый суточный набор пищевых продуктов по 2.3/2.4 3590-20	Отклонение, г	% выполнения 2.3/2.4 3590-20
Продукты животного происхождения (в пересчёте на мясо жилованное)		105,4	400,83	-295,44	26,29
Молоко и кисломолочные продукты	6,40	122,3	530	-408	23,08
Творог	1,07	48,8	60	-11	81,33
Сметана	7,00	0,5	10	-10	5,00
Сыр твердый	0,66	7,0	15	-8	46,67
Мясо жилованное	1,00	0,0	78	-78	0,00
Субпродукты 1 категории	1,16	0,0	40	-40	0,00
Колбасные изделия	0,80	0,0	0	0	0,00
Птица - цыпленок-бройлер	1,27	0,0	53	-53	0,00
Рыба филе	1,25	0,0	77	-77	0,00
Яйцо куриное (шт) перевод в граммы	1,40	42,0	40	2	105,00
Овощи и картофель		14,1	306	-291	4,62
Картофель (нетто)	1,00	6,4	187	-181	3,42
Овощи, зелень	2,70	20,8	320	-299	6,50
Соки и фрукты		170,5	581	-411	29,35
Фрукты свежие	1,00	170,5	185	-15	92,16
Фрукты сухие	0,15	0,0	26	-26	0,00
Соки	0,90	0,0	200	-200	0,00
Напитки витаминизированные (готовые)		0,0	0	0	0,00
Хлеб, мука, макаронные изделия, крупы, бобовые		94,9	409	-314	23,23
Хлеб пшеничный	1,50	0,0	120	-120	0,00
Хлеб пшеничный	1,00	56,5	200	-144	28,25
Крупы, бобовые	0,70	16,8	50	-33	33,60
Макаронные изделия	0,70	0,0	20	-20	0,00
Мука пшеничная	0,70	10,1	20	-10	50,50
Продукты жировой группы					
Масло коровье сладкосливочное	2,40	12,2	35	-23	34,86
Мargarин		0,0	0	0	#ДЕЛО!
Масло растительное		0,5	18	-18	2,78
Сахар и конд. изделия		15,6	45	-29	34,67
Сахар	1,00	15,6	35	-19	44,57
Кондитерские изделия	1,50	0,0	15	-15	0,00
Прочие					
Чай		0,6	2,0	-1	30,00
Кофейный напиток		4,1	1,2	3	341,67
Дрожжи хлебопекарные		0,0	0,3	0	0,00
Соль		0,4	5,0	-5	7,00
Крахмал		0,0	4,0	-4	0,00
Специи		0,2	2,0	-2	10,00
Итого		535,3	2348,50		

Анализ выполнения натуральных норм выдачи пищевых продуктов					
За Обед					
Наименование пищевых продуктов (групп пищевых продуктов)	Коэффициент пересчета по группе	Фактически в среднем за обед, нетто, грамм	Рекомендуемый суточный набор пищевых продуктов по 2.3/2.4 3590-20	Отклонение, г	% выполнения 2.3/2.4 3590-20
Продукты животного происхождения (в пересчёте на мясо жилованное)		120,44	400,83	-280,39	30,05
Молоко и кисломолочные продукты	6,40	3,0	530	-527	0,57
Творог	1,07	0,0	60	-60	0,00
Сметана	7,00	9,9	10	0	99,00
Сыч твердый	0,66	1,7	15	-13	11,33
Мясо жилованное	1,00	62,8	78	-15	80,51
Субпродукты 1 категории	1,16	4,4	40	-36	11,00
Колбасные изделия	0,80	0,0	0	0	
Птица - цыпята-бройлер	1,27	32,8	53	-20	61,95
Рыба филе	1,25	26,3	77	-51	34,16
Яйцо куриное (шт) перевод в граммы	1,40	3,5	40	-37	8,75
Овощи и картофель		191	306	-114	62,57
Картофель (нетто)	1,00	120,0	187	-67	64,17
Овощи, зелень	2,70	192,1	320	-128	60,03
Соки и фрукты		63	581	-518	10,87
Фрукты свежие	1,00	19	185	-166	10,11
Фрукты сухие	0,15	0	26	-26	0,00
Соки	0,90	40	200	-160	20,00
Напитки витаминизированные (готовые)		0	0	0	0,00
Хлеб, мука, макарон, крупы, бобовые		169	409	-239	41,41
Хлеб пшаный	1,50	80,0	120	-40	66,67
Хлеб пшеничный	1,00	52,0	200	-148	26,00
Крупы, бобовые	0,70	16,4	50	-34	32,80
Макаронные изделия	0,70	4,8	20	-15	24,00
Мука пшеничная	0,70	23,5	20	4	117,50
Продукты жировой группы					
Масло коровье сладкосливочное	2,40	5,4	35	-30	15,43
Мargarин			0	0	#ДЕЛО!
Масло растительное		13,5	18	-5	75,00
Сахар и конд, изделия		10	45	-35	22,22
Сахар	1,00	10,0	35	-25	28,57
Кондитерские изделия	1,50	0,0	15	-15	0,00
Прочие					
Чай		0,0	2,0	-2	0,00
Кофейный напиток		0,0	1,2	-1	0,00
Дрожжи хлебопекарные		0,0	0,3	0	0,00
Соль		1,9	5,0	-3	37,80
Крахмал		0,0	4,0	-4	0,00
Специи		0,0	2,0	-2	0,50
Итого		722,74	2348,50		

Анализ выполнения натуральных норм выдачи пищевых продуктов					
За Полдник					
Наименование пищевых продуктов (групп пищевых продуктов)	Коэффициент пересчета по группе	Фактически в среднем за обед, нетто, грамм	Рекомендуемый суточный набор пищевых продуктов по 2.3/2.4 3590-20	Отклонение, г	% выполнения 2.3/2.4 3590-20
Продукты животного происхождения (в пересчёте на мясо жилованное)		51,78	407,43	-355,65	12,71
Молоко и кисломолочные продукты	6,40	176,7	530	-353	33,34
Творог	1,07	5,2	60	-55	8,67
Сметана	7,00	2,2	10	-8	22,00
Сыч твердый	0,66	6,2	15	-9	41,33
Мясо жилованное	1,00	2,7	78	-75	3,46
Субпродукты 1 категории	1,16	0,0	40	-40	0,00
Колбасные изделия	0,80	0,0	0	0	#ДЕЛО!
Птица - цыпята-бройлер	1,27	5,7	53	-47	10,78
Рыба филе	1,25	0,0	77	-77	0,00
Яйцо куриное (шт) перевод в граммы	1,40	3,4	40	-37	8,40
Овощи и картофель		0	306	-305	0,08
Картофель (нетто)	1,00	0,0	187	-187	0,00
Овощи, зелень	2,70	0,7	320	-319	0,22
Соки и фрукты		140	581	-440	24,18
Фрукты свежие	1,00	140,4	185	-45	75,89
Фрукты сухие	0,15	0,0	26	-26	0,00
Соки	0,90	0,0	200	-200	0,00
Напитки витаминизированные (готовые)		0,0	0	0	#ДЕЛО!
Хлеб, мука, макарон, крупы, бобовые		45	409	-364	10,94
Хлеб пшаный	1,50	0,0	120	-120	#ССЫЛКА!
Хлеб пшеничный	1,00	0,0	200	-200	#ССЫЛКА!
Крупы, бобовые	0,70	0,2	50	-49,8	0,40
Макаронные изделия	0,70	0,0	20	-20	#ССЫЛКА!
Мука пшеничная	0,70	31,1	20	11,1	155,50
Продукты жировой группы					#ДЕЛО!
Масло коровье сладкосливочное	2,40	1,5	35	-34	4,29
Мargarин		0,2			
Масло растительное		1,9	18	-16	10,28
Сахар и конд, изделия		7	45	-38	14,56
Сахар	1,00	6,6	35	-28	18,71
Кондитерские изделия	1,50	0,0	15	-15	0,00
Прочие					#ДЕЛО!
Чай		0,0	2,0	-2	0,00
Кофейный напиток		2,0	1,2	0,8	166,67
Дрожжи хлебопекарные		0,5	0,3	0,2	170,00
Соль		0,2	5,0	-4,8	4,00
Крахмал		0,0	4,0	-4	0,00
Специи		0,0	2,0	-2	0,00
Итого		387,3	2348,50		

Справочно: Нетто кратко по приёмам пищи типового меню основного (организованного) питания детей, посещающих оздоровительные лагеря с дневным пребыванием, функционирующие на базе общеобразовательных организаций Петропавловск-Камчатского городского округа 12-18 лет

Прием пищи	Апельсины	Баклажаны	Бананы	Бедро куриное (ГОСТ Р-52702-2006)	Брусника свежеморож.	Ванилин	Виноград	Вишня свежеморож.	Говядина (котлетное мясо)	Говядина (мякоть)	Говядина (мясо бескостное нежирных сортов)	Говядина (подлопаточная часть)	Горбуша натуральная, консервы	Горох лущеный	Грудки куриные (ГОСТ Р-52702-2006)	Груши	Джем абрикосовый	Дрожжи прессованные	Желатин	Зеленый горошек консервированный	Кабачки	Какао-порошок	Капуста белокочанная	Капуста брокколи	Капуста краснокочанная	Капуста цветная
	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество
Среднее за завтрак, г	0	0	15	0	2,1	0	30	8,3	0	0	0	0	0	0	0	35	0	0	0,2	0	0	4,1	0	0	0	0
Среднее за обед, г	6	6	0	21,2	4,5	0	0	4	2,5	26,5	22,8	11	2,4	2	0	0	0	0	0	3,4	6,6	0	5,9	6	4	3
Среднее за полдник, г	0	0	12	0	0	0	25	1,4	2,7	0	0	0	0	0	4,2	15	3	0,51	0	0	0	0,8	0	0	0	0
Среднее за рацион, г	6,000	6,000	27,000	21,200	6,600	0,000	55,000	13,700	5,200	26,500	22,800	11,000	2,400	2,000	4,200	50,000	3,000	0,510	0,200	3,400	6,600	4,900	5,900	6,000	4,000	3,000

Справочно: Нетто кратко по приемам пищи варианта реализации типового меню основного (организованного) питания детей, посещающих пришкольные оздоровительные лагеря дневного пребывания, созданные на базе общеобразовательных организаций г. Петропавловск-Камчатский 12-18 лет

Картофель неочищенный	Коктейль молочный шоколадный пром.произ-ва	Кофейный напиток	Крупа гречневая	Крупа манная	Крупа пшеничная	Крупа Рис	Кукуруза консервированная	Куры (тушка цыплята 1-й категории) Скурихин И.М.	Лавровый лист	Лимон	Лист салата (Латук)	Лук зеленый	Лук репчатый	Мargarин	Масло растительное	Масло сливочное 72,5%	Молоко 2,5%	Молоко стуженное	Морковь	Мороженое ванильное	Мука (пшеничная)	Мясо кальмара	Овсяные хлопья "Геркулес"	Огурцы консервированные	Огурцы свежие	Перец сладкий (болгарский)	Петрушка	Печень говяжья	Повидло яблочное
Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество
6,4	0	0	0	1,5	4,9	3,6	0	0	0	2,1	0	0	0	0	0,5	12,2	75,3	6,4	0	3	10,1	0	4,3	0	6	0	0	0	
120	0	0	6,6	0	0	7,8	5,4	4	0,01	0,2	6,9	4,9	30,5	0	13,5	5,4	3	0	25,1	0	23,5	12,2	0	1,8	18,2	8,3	4,4	4,4	0
0	40	1,2	0	0	0	0,2	0	0	0	0	0	0	0,3	0,2	1,85	1,5	56,7	0	0	0	31,1	0	0	0	0	0	0	0	0
126.400	40.000	1.200	6.600	1.500	4.900	11.600	5.400	4.000	0.010	2.300	6.900	4.900	30.800	0.200	15.850	19.100	135.000	6.400	25.100	3.000	64.700	12.200	4.300	1.800	24.200	8.300	4.400	4.400	0.000

Справочно: Нетто кратко по приёмам пищи типового меню основного (организованного) питания детей, посещающих оздоровительные лагеря с дневным пребыванием, функционирующие на базе общеобразовательных организаций Петропавловск-Камчатского городского округа 12-18 лет

Рожки	Ряженка 2,5%	Сайра консервы	Сахар	Свекла	Слива	Сметана	Снежок 2,5% (Тутелья н)	Сок яблочный	Соль йодированная	Сухари панировочные	Сыр	Творог 9%	Томатная паста	Томаты свежие	Треска (филе)	Фасоль (стручковая)	Хлеб пшеничный	Хлеб ржанопшеничный	Хлопья кукурузные	Чай	Черешня	Черная смородина свежемороженая	Чеснок	Щавель	Яблоки	Яйцо куриное	Итого
Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество	Количество
0	0	0	15,6	0	0	0,5	0	0	0,35	0,3	7	48,8	0	14,8	0	0	56	0	2,5	0,6	13	0	0	0	65	42	497,4500
4,8	0	2,9	10	10,1	0	9,9	0	40	1,89	1,2	1,7	0	1,5	25,4	8,8	7,1	50	80	0	0	0	4	0,11	7,5	0	3,5	714,3100
0	40	0	6,55	0	39	2,2	40	0	0,2	0	6,2	5,2	0,4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	45	3,36	385,7700
4,800	40,000	2,900	32,150	10,100	39,000	12,600	40,000	40,000	2,440	1,500	14,900	54,000	1,900	40,200	8,800	7,100	106,000	80,000	2,500	0,600	13,000	4,000	0,110	7,500	110,000	48,860	1597,5300

Ведомость контроля за рационом питания типового меню основного (организованного) питания детей, посещающих оздоровительные лагеря с дневным пребыванием, функционирующие на базе общеобразовательных организаций Петропавловск-Камчатского городского округа 12-18 лет

возраст детей 12-18 лет

Наименование пищевого продукта или группы пищевых продуктов	12-18 лет СанПиН 3590	итого за день	% выполнения натуральных норм СанПиН 3590	итого за завтрак	% выполнения натуральных норм СанПиН 3590	итого за обед	% выполнения натуральных норм СанПиН 3590	итого за полдник	% выполнения натуральных норм СанПиН 3590
Хлеб ржаной из обойной муки	120,0	80,00	67%	0,0	0%	80,0	67%	0,0	0%
Хлеб пшеничный обогащенный	200,0	108,50	54%	56,5	28%	52,0	26%	0,0	0%
Мука пшеничная обогащенная	20,0	64,70	324%	10,1	51%	23,5	118%	31,1	156%
Крупы, бобовые	50,0	33,40	67%	16,8	34%	16,4	33%	0,2	0%
Макаронные изделия	20,0	4,80	24%	0,0	0%	4,8	24%	0,0	0%
Картофель очищенный	187,0	126,40	68%	6,4	3%	120,0	64%	0,0	0%
Овощи очищенные	215,0	117,21	55%	0,0	0%	116,5	54%	0,7	0%
Овощи и зелень свежие закрытого грунта	105,0	96,40	92%	20,8	20%	75,6	72%	0,0	0%
Фрукты свежие	185,0	329,60	178%	170,5	92%	18,7	10%	140,4	76%
Орехи очищенные	1,0	0,00	0%	0,0	0%	0,0	0%	0,0	0%
Сухофрукты	20,0	0,00	0%	0,0	0%	0,0	0%	0,0	0%
Шиповник сухой	4,0	0,00	0%	0,0	0%	0,0	0%	0,0	0%
Мак, кунжут (для выпечки)	1,0	0,00	0%	0,0	0%	0,0	0%	0,0	0%
Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные	200,0	40,00	20%	0,0	0%	40,0	20%	0,0	0%
Мясо жилованное	78,0	65,50	84%	0,0	0%	62,8	81%	2,7	3%
Субпродукты 1 категории	40,0	4,40	11%	0,0	0%	4,4	11%	0,0	0%
Птица (филе)	53,0	38,54	73%	0,0	0%	32,8	62%	5,7	11%
Рыба (филе)	45,0	26,30	58%	0,0	0%	26,3	58%	0,0	0%
Рыба (филе) жирных сортов	32,0	0,00	0%	0,0	0%	0,0	0%	0,0	0%
Колбасные изделия вареные для детского питания		0,00		0,0		0,0		0,0	
Молоко	350,0	182,00	52%	122,3	35%	3,0	1%	56,7	16%
Кисломолочные продукты	180,0	120,00	67%	0,0	0%	0,0	0%	120,0	67%
Творог	60,0	54,00	90%	48,8	81%	0,0	0%	5,2	9%
Сыр	15,0	14,90	99%	7,0	47%	1,7	11%	6,2	41%
Сметана	10,0	12,60	126%	0,5	5%	9,9	99%	2,2	22%
Масло сливочное	35,0	19,10	55%	12,2	35%	5,4	15%	1,5	4%
Масло растительное	18,0	15,85	88%	0,5	3%	13,5	75%	1,9	10%
Маргарин		0,20		0,0		0,0		0,2	
Яйцо (шт/г)	40,0	48,86	122%	42,0	105%	3,5	9%	3,4	8%
Сахар	35,0	32,15	92%	15,6	45%	10,0	29%	6,6	19%
Кондитерские изделия в инд.упаковке	15,0	0,00	0%	0,0	0%	0,0	0%	0,0	0%
Чай	2,0	0,60	30%	0,6	30%	0,0	0%	0,0	0%
Какао-порошок/коф.напиток	1,2	6,10	508%	4,1	342%	0,0	0%	2,0	167%
Дрожжи хлебопекарные	0,3	0,51	170%	0,0	0%	0,0	0%	0,5	170%
Соль пищевая поваренная	5,0	2,44	49%	0,4	7%	1,9	38%	0,2	4%
Крахмал	4,0	0,00	0%	0,0	0%	0,0	0%	0,0	0%
Специи (для питания детей)	2,0	0,21	11%	0,2	10%	0,0	1%	0,0	0%
Мёд		0,00		0,0					
	2348,5	1645,27		535,3		722,7		387,3	

0,00